

12月の園だより

～ほっとにこっとあふれる元気～ 練馬二葉保育園 平成29年

1日1日と寒さも増し、手袋の子と毛の姿も見られるようになりました。ちがこまて登園する子ども達も、お友達が揃う頃には元気いっしょい、活発な遊びが始まります。

運動会という大きな行事を経験して以来の成長は一段と大きくそれぞれの月齢で、何でも自分でやろうとする意欲が盛り上がりしています。

こうした中での12月は、年の暮れで何かと忙しい毎日ではありますが、一年の締めくくりとしてクリスマス会を予定しています。様々な行事を通して経験を積み、その中で子ども達のいびき一層めたくはやくみ、育ていきたいと思えます。

インフルエンザの流行も予想されています。ご家庭でも健康に充分留意され、ご家お揃いで新しい年を迎えられます様に。

今年は色々ご協力頂きありがとうございました。来年も宜しくお願い致します。

園長 高橋八映

12月の行事予定

1日(土)	開園記念の日 (都合により休みに取り行います)	乳児健診(12月のこ.すめれ)
4,5日(月.火)	身体測定	6日,20日(水)
7日(木)	歯科検診 (14日予備日)	リズムック 7日(木),18日(月) (ゆり,さくら) 14日(木) (ぼら,ゆり,さくら)
8日(金)	バイキング給食(ぼら)	体操指導(ゆり,さくら)
9日(土)	ひよこ 懇談会(12月のこ.すめれ)	6日,13日,20日(水)
11日(月)	水書訓練	絵画指導(ゆり,さくら) 5日(火)
12日(火)	月のおまつり	舞指導(ゆり,さくら) 25日(月)
19日(火)	避難訓練(地震)	
22日(金)	クリスマス会	
26日(水)	エトボン・ショール・コンパ(ゆり,さくら)	
28日(木)	御用納め	

ほけんだより

木々の葉も散り、一段と寒さを感じる季節となりました。師走は何かと慌ただしく、年末年始に向けてはクリスマス、大晦日、お正月と楽しいイベントも盛りだくさんです。12月に入ると、感染性胃腸炎やインフルエンザが大幅に増えきます。元気に過ごせるように、予防に努めましょう！

具合が悪い時の食事？

熱がある時

熱が出ると体の水分が失われ、ビタミンB群やビタミンCの消費が激しくなります。水分(のぶりのおかゆやスープ、飲み物)などで水分を補いながら、野菜や果物のビタミンもとりと摂るようにしましょう。

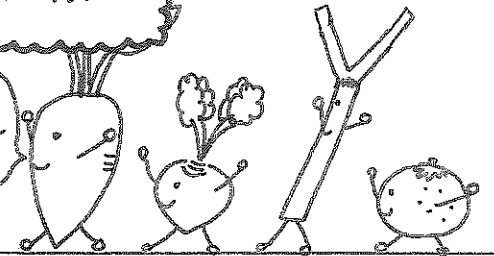
お腹をこわしている時

消化の良いもので、食物繊維の少ない柔らかいものを、ゆいにお肉や油脂を多く含むもの(ラーメンや加工食品など)は控えましょう。

吐き気がある時

喉の乾いた良いおかゆや豆腐など、水分が多いものを摂りましょう。

様子を見ながら少量から摂り始め無理をしないことが大切です。

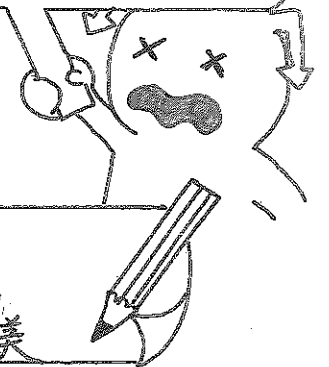


インフルエンザにかからないようにするためには

- ① ワクチンの接種 ...かかりつけ医に相談しましょう。
- ② 手洗いうがい
- ③ 人混みは避ける
- ④ 食事はバランスよく、特にビタミンが不足しないように！
...体を温める根野菜(大根、かぶ、ねぎ、にんじん)を沢山摂りましょう。
- ⑤ 冬でも水分補給を忘れずに
- ⑥ 適度な湿度(60%)、換気も忘れずに！ ⑦ 十分な睡眠

(インフルエンザの登園基準)

発症してから5日を経過し、解熱後3日を経過するまでです。終症日は0日と数えまますのでご注意ください。
登園許可証が必要で、園内の流行を抑えるためにもしっかりと回復してから登園にご協力ください。



11月の感染症報告

- 手足口病 6名
- 流行性耳下腺炎 1名
- 溶連菌感染症 3名
- 看護師 内御堂 麻美